

DIETA PODSTAWOWA – ALERGENY (02-08.03.2024 R.)

Sobota 02.03.2024 r	Niedziela 03.03.2024	Poniedziałek 04.03.2024	Wtorek 05.03.2024	Środa 06.03.2024	Czwartek 07.03.2024	Piątek 08.03.2024
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Platki ryżowe na mleku 200g Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100 g Ogórek kiszony 100g Pomidor 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 4, 7)	Platki ryżowe z makiem 200g Ogórek 100g, papryka czerwona 50g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka szynka z indyka 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g (1, 7)	Platki owsiane na mleku 200g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g Papryka czerwona 100g, kiełki brokuła 5g Połędwica sopocka 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Platki jęczmienne na mleku 200g sałatka warzywna z kurczakiem 100g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Brokuł gotowany 100g, pomidorki koktajlowe 80g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3, 7)	Ryż basmati na mleku 200g Papryka konserwowa 100g, cykorja 10g Pasztet mięsny min. 80 % mięsa 80g 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 Cukinia grillowana z ziołami 100g, pomidorki koktajlowe 60g Połędwica z piersi kurczaka 60g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Masło 16,6g 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 100g, sałata 10g serek wiejski 100g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Jogurt naturalny 150g (7)	Kiwi 100g	Budyń jaglany 150g	Jabłko 80g, (8)	Ciastka maślane 50g (1, 7)	Smoothie owocowe 100% owoców 200g	Kanapki z pastą z fasoli lodowej świeżym 2szt (1,7)
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa marchewkowa z lanymi kluseczkami z maki pełnoziarnistej 400g Indyk w sosie koperkowym 140g Kasza gryczana 200g Burak gotowany w plasterkach z sosem vinegret 170g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Rosół z makaronem pełnoziarnistym, marchewką i natką pietruszki 400g Ryż naturalny brązowy 200g Schab pieczony z ziołami polany sosem warzywnym 140g kapusta zasmażana 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa ogórkowa bez maki i śmietany 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 150g Kompot 200 ml (1, 7, 9)	Zupa fasolowa bez boczku i bez maki 400g Naleśniki z serem na słodko 150g Naleśniki ze szpinakiem 150g Sałata lodowa z pomidorem i vinegretem 150 g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa brokułowa bez maki i śmietany 400g Pierogi z maki pszennej z mięsem drobiowo-wieprzowym gotowane 250g Tagiatelle warzywne 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pieczarkowa bez maki z makaronem pełnoziarnistym 400g Ryż naturalny brązowy z warzywami i kurczakiem 300g Fasolka szparagowa gotowana 150g Kompot 200 ml (1, 3, 7, 9)	Zupa pomidorowa z ryżem i smażonym mięsem 400g Ziemniaki 200g pulpety rybne w sosie koperkowym 140g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Kompot 200 ml (1, 3, 9)
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Chałka z kruszonką 80g (1,7)	Kefir 150g (7)	Melon 150g	Wafle ryżowe z brązowego ryżu 100g	Banan 100g	Serek homogenizowany 150g (7)	Gruszka 100g
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Połędwica wieprzowa luksusowa 30g Pasta z ciecierzycy 50 g Pomidor 100g, sałata 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Pasta rybna (z tuńczykiem) 100g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Rzodkiewka 100g, ogórek 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Pasta twarogowo-jajeczna 100 g Pomidor 100g, roszponka 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3,7,9)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka szynka wieprzowa 60g ogórek 100g, Jajko gotowane z majonezem i szczypiorkiem 1 szt (1, 3)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Ser biały 100g Rzodkiewka 100g, szczypiorek 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) pasta jajeczna 100g ogórek świeży 100g, kiełki lucerny 10g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1, 3,7)	Masło 16,6g Bułka graham + kromka pieczywa pszennego (90g) Tradycyjna sałatka jarzynowa 80g, papryka zielelona 100g ser żółty 60g herbata czarna 1 szt/ cukier 1 saszetka (1,3, 7, 9)

K: 2341.8/B: 120.9 T: 79.2/WP: 283.2 F: 41.7/WW: 28.7	K: 2357.6/B: 101.2 T: 77.3/WP: 290.0 F: 43.9/WW: 29.3	K: 2377.9/B: 102.7 T: 78.2/WP: 291.5 F: 48.1/WW: 29.8	K: 2345.7/B: 95.1 T: 81.9/WP: 287.7 F: 35.2/WW: 29.2	K: 2393.2/B: 100.8 T: 81.2/WP: 294.8 F: 47.1/WW: 29.8	K: 2343.2/B: 94.7 T: 81.4/WP: 293.9 F: 48.7/WW: 29.6	K: 2394.4/B: 96.0 T: 75.5/WP: 304.8 F: 47.4/WW: 31.1
---	---	---	--	---	--	--

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.

ALERGEALERGENY:

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.

